

H24年度県民講師チャレンジ講座「親と子の困りごとが楽になる！！心の『子育て、親学び』教室」を開催しました！

県民講師チャレンジ講座は、公募により県民が自ら講師となり、講座を開催する事業です。

講座名 「親と子の困りごとが楽になる！！心の『子育て、親学び』教室」
講師名 宮地 かおり（心理カウンセラー）
日時 平成25年3月13日（水） 10:00～12:00



講師の宮地さんは、「子育て中の方に『心のしくみ』や『心の栄養』について知っていただくことで、親子とも心が楽になっていただきたい」という思いで講座を開催されました。

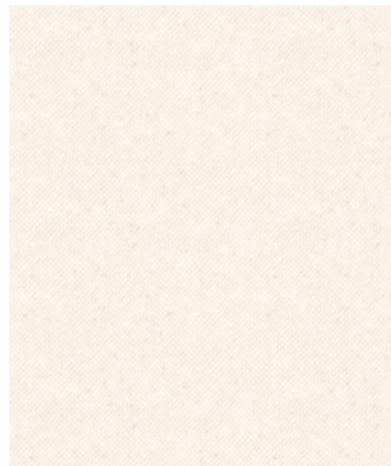
講座では、心の仕組みを学びながら、受講者がお互いに「プラスのストローク（心の栄養）」を要求し合ったり、与えあったりして、心をほぐしていきました。

また、自分の感情を理解し、消化する方法など、一人でもできる心理カウンセリングの手法を学びました。



【講座に参加した方の感想】

- マイナス感情への対処の仕方がわかったので、子どもへの叱り方が変わりそうです。
- 実践方法を具体的に学べたのが良かった。
- 講義、ワークのバランスが良かった。心が楽になった。



宮地さんの今後の講師としてのご活躍を応援しています！

[<< 戻る](#)

[↑ このページの上へ](#)



 [アクセス・交通機関のご案内](#) ▶

 [お問い合わせ/ご意見・ご要望](#) ▶

アバンセ

佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター

〒840-0815

佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)

TEL:0952-26-0011 FAX:0952-25-5591

【指定管理者】[公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

Copyright (C) 2011 Avance All rights reserved

開館時間

火曜～土曜日:8時30分～22時00分

日曜・祝日:8時30分～17時00分

(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)

12月29日から翌年1月3日まで